

Kastensurfer

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Ein Schwedenkastenoberteil wird auf drei bis vier Medizin- oder Basketballen gelegt.

Material pro 2 Tn:

- 2 Schwedenkastenoberteile
- 10 Basket-/Medizinbälle

Übung:



Versuche auf dem Schwedenkastenoberteil stehend das Gleichgewicht zu halten.